



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

LICENCIATURA EN ENFERMERÍA

ASIGNATURA: FUNDAMENTOS DE ENFERMERIA I

DOCENTE: L.E ROSARIO GUADALUPE VERA OVANDO

ACTIVIDAD: CUADRO SINOPTICO

ALUMNO: ANGELA JENIFER LUIS ESPINA

TAPACHULA, CHIS A 01/12/22



HIGIENE DEL PACIENTE

La higiene física y mental son dos necesidades básicas imprescindibles para que las personas vivan y se desarrollen en armonía con su entorno.



MECÁNICA CORPORAL

Estudia el equilibrio y movimiento de los cuerpos aplicado a los seres humanos, y se conceptualiza como la disciplina que trata del funcionamiento correcto y armónico del aparato musculoesquelético en coordinación con el sistema nervioso



NECESIDAD DE DESCANSO Y SUEÑO

- El descanso es sinónimo de reposo o relajación, y es un estado de quietud que implica la liberación de tensión emocional y molestias físicas.
- El sueño, principal forma de descanso, es la suspensión normal periódica de los procesos integrativos (conciencia y vida de relación) por la interrupción de estímulos aferentes sensoriales y eferentes motrices



OBJETIVO

Educar al paciente para que sea capaz de administrar la propia higiene o mejorar los hábitos adquiridos, para prevenir riesgos, complicaciones y fomentar hábitos de limpieza en caso necesario.

OBJETIVOS

- Disminuir el gasto de energía muscular.
- Mantener una actitud funcional y nerviosa.
- Prevenir complicaciones musculoesqueléticas.

CAUSAS QUE ALTERAN EL REPOSO O EL SUEÑO:

- Contaminación ambiental de agua, suelo, (pesticidas, plaguicidas) y atmósfera (ruidos, gases, ozono).
- Naturales: catástrofes, climas extremos.
- Sociales: farmacodependencia, delincuencia, violencia, desintegración familiar, distribución del tiempo para realizar tareas, ejercicios, meditación o descanso.

TECNICAS DE ASEO

- Dentro del aseo parcial se tiene: cepillado bucal, lavado de cabello, aseo de genitales y pediluvio.
- En cuanto al aseo total, se encuentran el baño con regadera y el baño a paciente encamado.

ESTÁ FORMADA POR 3 ELEMENTOS:

- La postura significa tener el cuerpo bien alineado y en equilibrio.
- El equilibrio se consigue cuando nuestro cuerpo está estable.
- El movimiento coordinado del cuerpo significa integrar los sistemas músculo esquelético y nervioso, así como la movilidad articular de nuestro cuerpo.

- Económicas: salarios bajos, competencia de lujo, costos altos. Laborales: presiones, excesos, inconformidad.
- Políticas: injusticias, corrupción, normas, leyes.
- Fisiológicas: transiciones en el desarrollo.
- Psicológicas: estados emocionales, depresión, enfrentamiento a crisis vitales.
- Espirituales y crisis existenciales.
- Patológicas: lesiones, afecciones, que comprometen la salud del individuo.

HIGIENE DEL PACIENTE

ASEO PARCIAL

- El aseo matinal se refiere a las prácticas higiénicas de lavado de cara y manos, aseo bucal y afeitado que el paciente realiza con o sin ayuda durante las primeras horas de la mañana.
- El aseo vespertino se refiere al de manos y boca realizada por la tarde antes de dormir para obtener bienestar físico y psíquico previo al acto.
- El lavado de cabello es la limpieza que se hace del cabello y cuero cabelludo del paciente imposibilitado para realizarlo por sí mismo.

- El lavado de cabello es la limpieza que se hace del cabello y cuero cabelludo del paciente imposibilitado para realizarlo por sí mismo.
- El aseo de los genitales externos femeninos tiene como objetivo eliminar la secreción para evitar infecciones y preparar a la paciente para cualquier intervención del aparato genitourinario.
- El pediluvio es el aseo que se realiza a los pies del paciente para mantenerlos limpios y proporcionar una sensación de bienestar mediante su descanso.

ASEO TOTAL

BAÑO EN REGADERA ES LA LIMPIEZA GENERAL DEL CUERPO CON JABÓN Y AGUA CORRIENTE

OBJETIVOS:

- ELIMINAR LAS CÉLULAS MUERTAS, SECRECIONES, SUDOR Y POLVO.
- REANIMAR Y FAVORECER EL ESTADO EMOTIVO.
- PERMITIR A LA PIEL REALIZAR SUS FUNCIONES PROTECTORAS.
- PROTEGER LA APARIENCIA EXTERIO

BAÑO AL PACIENTE ENCAMADO. ES LA LIMPIEZA GENERAL QUE SE PROPORCIONA A UN PACIENTE EN SU CAMA, CUANDO NO PUEDE O NO LE ESTÁ PERMITIDO BAÑARSE EN REGADERA O TINA.

OBJETIVOS:

- ELIMINAR LAS CÉLULAS MUERTAS, SECRECIONES, SUDOR Y POLVO.
- FAVORECER LA FUNCIÓN CIRCULATORIA POR MEDIO DE LA MOVILIZACIÓN Y EL MASAJE.
- LOGRAR COMODIDAD Y BIENESTAR

PRINCIPIOS BÁSICOS DE LA MECÁNICA CORPORAL

1. INTENTAR MANTENER SIEMPRE LA ESPALDA RECTA Y BUSCAR EL EQUILIBRIO DE NUESTRO CUERPO.
2. MANTENER LA CARGA TAN CERCA DEL CUERPO COMO SEA POSIBLE, YA QUE AUMENTA LA CAPACIDAD DE LEVANTAMIENTO.
3. CONTRAER LOS MÚSCULOS ABDOMINALES Y GLÚTEOS, Y ESTABILIZAR LA PELVIS ANTES DE REALIZAR LA MOVILIZACIÓN.
4. SIEMPRE QUE PODAMOS DESLIZAR AL PACIENTE SERÁ MEJOR QUE LEVANTARLO.
5. EVITAR GIRAR EL TRONCO, YA QUE SE PIERDE EL ALINEAMIENTO CORPORAL. SIEMPRE ES PREFERIBLE PIVOTAR CON LOS PIES.
6. UTILIZAR EL EQUIPAMIENTO ADECUADO EN FUNCIÓN DEL ESTADO Y LAS CARACTERÍSTICAS DEL PACIENTE, ASÍ COMO TENER EN CUENTA LAS DIMENSIONES DEL ESPACIO DE TRABAJO

MECÁNICA CORPORAL



EL TRABAJO CONJUNTO ENFERMERÍA-PACIENTE

NECESITA COMPRESIÓN DE LA SITUACIÓN DEL PACIENTE, DE LA VALORACIÓN DE SU ESTADO DE SALUD Y DE SU CAPACIDAD PARA RESOLVER PROBLEMAS PARA DETERMINAR PRIORIDADES Y ESTABLECER METAS TENDIENTES A CONSERVAR O FOMENTAR LA SALUD.

NECESIDAD DE DESCANSO Y SUEÑO